

## Как разговаривать с ребенком о проблеме

- Внимательно выслушать, не отвлекаясь на посторонние дела.
- Не торопиться с выводами. Постараться узнать детали.
- Проявить сочувствие к ребенку, принять его болезненные чувства.
- Дать понять ребенку, что вы его поддерживаете и готовы помогать.
- Не обвинять ребенка.
- Осознать свои чувства и переживания. Не впадать в сильные эмоции. Постараться трезво оценить происходящее.
- Спросить ребенка, какое решение проблемы его бы устроило.
- Дать советы, как ответить обидчикам.



ГАУСО СО  
«Социально-реабилитационный центр  
для несовершеннолетних Режевского  
района»

# БУЛЛИНГ

## Как реагировать ребенку

- Сохранять спокойствие.
- Не поддаваться на провокацию, не проявлять гнев: возможно, обидчик потеряет к нему интерес.
- Блокировать агрессора онлайн или в телефоне, но сохранить оскорбительные сообщения.
- Сообщить о нападках родителям и учителю.
- Если разговор с обидчиками вынужденно начался, перевести внимание на их поведение нейтральными безразличными фразами: «Я знаю, что ты любишь так говорить»; «Я знаю, что не умеешь по-другому развлекаться»; «Жалко, что у вас не находится дел поинтереснее»



г Реж

# БУЛЛИНГ

— это издевательство над другими людьми. Его цель — нанести эмоциональный или физический ущерб.

Буллинг довольно распространен, но это не нормальная практика. Травлю ни в коем случае терпеть нельзя. В этой статье расскажем, каким бывает буллинг и как определить, что ребенок подвергается травле. Делимся советами из наших книг и пошаговым руководством от психолога, которое поможет родителям остановить травлю.



## Какие существуют виды буллинга?

- физический – непосредственные физические действия в отношении жертвы (толчки, пинки, побои, сексуальные домогательства);
- вербальный – угрозы, оскорбления, насмешки, унижение;
- социально-психологический буллинг, направленный на социальное исключение или изоляцию (сплетни, слухи, бойкот, игнорирование, манипуляции);
- экономический – вымогательство или прямой отбор денег, вещей, порча одежды;
- кибербуллинг (от англ. cyberbulling) или интернет буллинг – травля в интернете через социальные сети, электронную почту. Предполагает распространение слухов и ложной информации, взлом личных страниц, отправку негативных сообщений и комментариев. Является самым молодым и самым опасным видом буллинга, поскольку от него очень сложно защититься и найти источники, откуда исходит угроза. Появилось даже такое понятие как буллицид – сиуцид, совершённый из-за травли в интернете.

## Причины и мотивы буллинга

Что заставляет детей быть такими жестокими и агрессивными по отношению к своим сверстникам?

### Причин на самом деле много. Разделим их на группы:

- педагогические (микроклимат класса, школы). Не последнюю роль здесь играет позиция учителя;
- психологические (личность агрессора, так называемого буллера, и жертвы);
- социальные (пропаганда и поощрение доминирующего агрессивного поведения в обществе: на телевидении, в интернете, компьютерных играх);
- семейные (недостаток родительской любви и внимания, физическая и вербальная агрессия со стороны родителей, чрезмерный контроль).

### К мотивам буллинга можно отнести:

- зависть;
- месть (когда жертва травли сама становится буллером, стремясь наказать обидчиков за причинённые страдания);
- самоутверждение в коллективе;
- стремление быть в центре внимания, выгладеть «круто»;
- желание нейтрализовать соперника посредством его унижения.